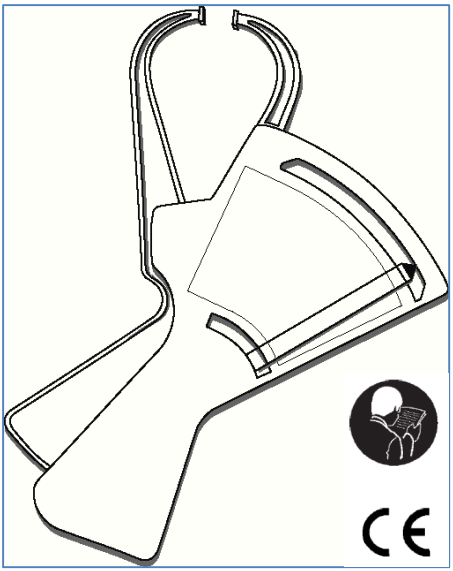


iQ-Fettzange
iQ- Skinfold caliper
iQ- Adipômetro
iQ- Plicomètre
iQ- Plicómetro
iQ- tluszcz suwmiarka

BETRIEBS UND WARTUNGS ANWEISUNGEN:
Die Bediener sollten dieses Handbuch gelesen und verstanden haben, bevor sie das Produkt benutzen.

USE AND MAINTENANCE BOOK:
The operators must carefully read and completely understand the present manual before using the product.

MANUALE D'USO E MANUTENZIONE:
Gli operatori devono leggere e capire completamente questo manual prima di utilizzare il prodotto.

INSTRUCTIONS DE FONCIONNEMENT ET ENTRETIEN:
Les opérateurs doivent lire et bien comprendre ce manuel avant d'utiliser le produit.

MANUAL DE USO Y MANTENIMIENTO:
Los operadores tienen que leer y entender completamente este manual antes de utilizar el producto.

MANUAL DE USO E MANUTENÇÃO:
Os operadores devem ler e entender completamente este manual antes de usar o produto.

UŻYTKOWANIE I BOOK KONSERWACJA:
Operatorzy muszą dokładnie przeczytać i całkowicie rozumiem tej instrukcji przed użyciem produktu.

ANWENDUNG: Für die Messung ist die gekennzeichnete Hautfalte zwischen die Finger zu nehmen, ihre Dicke mit dem Caliper zu messen und den Fettgehalt in der Tabelle ablesen. Für eine genaue Bestimmung des Fettgehaltes verwenden Sie bitte die Tabelle im Manual. Die Skala auf dem Hautfaltenmesser dient nur als Richtwert.

MODE OF USE: In order to make the measurement it is necessary to lift the marked skinfold between the fingers,measure its thickness with the skinfold caliper and read the fat content in the table. For an accurate determination of the fat content, please use the table in the manual. The table on the skinfold caliper is for reference only.

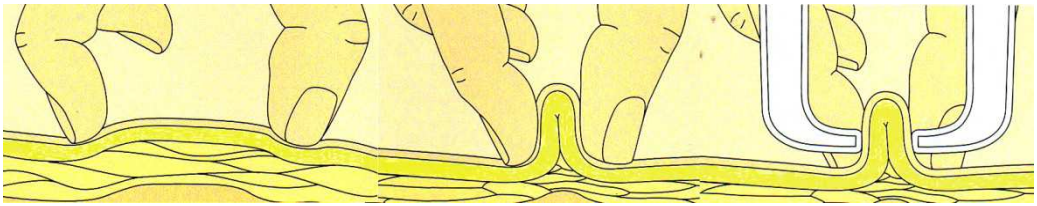
MODE D'EMPLOI: Pour effectuer l'examen, il faut soulever entre les doigts un pli de la peau et mesurer son épaisseur à l'aide de l'adipomètre Pour une détermination précise de la masse grasse corporelle, s'il vous plaît utiliser le tableau dans le manuel. Le tableau sur l'adipomètre est pour référence seulement.

MODO DI UTILIZZAZIONE: Per effettuare la rilevazione è necessario sollevare tra le dita una piega della pelle e misurarnelo spessore con il plicometro. Per una determinazione accurata di grasso corporeo, si prega di utilizzare la tabella nel manuale. La tabella sui l plicometro è solo per riferimento.

MODO DE EMPLEO: Para efectuar la medición es necesario tomar un pliegue de piel entre los dedos y medir su espesor con el plicómetro. Para una determinación precisa del contenido de grasa, utilice la tabla en el manual. La tabla del plicometro es sólo de referencia.

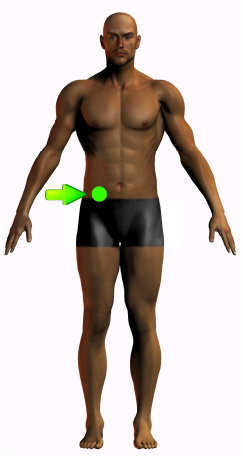
COMO USAR: Para determinar a medida é necessário levantar la dobra da pele mercada, pegando com os dêdos, medir a espessura com o adipômetro plicômetro e ler o teor de gordura na tabela. Para uma determinação precisa da gordura corporal, por favor use a tabela do manual. A tabela da adipômetro é apenas para referência.

SPOSÓB UŻYCIA: W celu dokonania pomiaru, konieczne jest, aby podnieść oznaczony fałdów między palcami, zmierzyć jego grubość fałdu skórnego z zacisku i odczytać zawartość tłuszczu w tabeli. Dla dokładnego określenia zawartości tłuszczu, należy użyć tabeli w instrukcji.Stół na fałdu skórnego zacisku jest tylko dla orientacji.

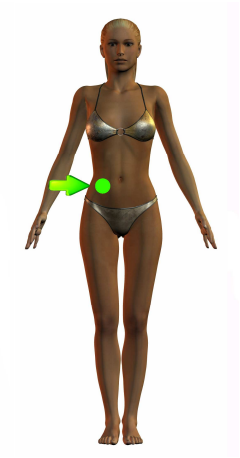


1 Punkt Messung / 1 point measurement / 1 point mesure / medición en 1 punto / misurati in 1 punto / 1 ponto medição / 1 punkt pomiarowy

Berechnung und Bewertung des Körperfettanteils in %
Calculation and evaluation of body fat content in %
Calcul et évaluation de la graisse du corps en %
Calcolo e valutazione del contenuto di grasso corporeo in %
Cálculo y evaluación del contenido de grasa corporal en %
Cálculo e avaliação do teor de gordura corporal em %
Obliczania oraz oceny zawartości tłuszczu w organizmie w %



Age / mm	2-3	4-5	6-7	8-9	10-11	12-13	14-15	16-17	18-19	20-21	22-23	24-25	26-27	28-29	30-31	32-33	34-36
18-20	2.0	3.9	6.2	8.5	10.5	12.5	14.3	16.0	17.5	18.9	20.2	21.3	22.3	23.1	23.8	24.3	24.9
21-25	2.5	4.9	7.3	9.5	11.6	13.6	15.4	17.0	18.6	20.0	21.2	22.3	23.3	24.2	24.9	25.4	25.8
26-30	3.5	6.0	8.4	10.6	12.7	14.6	16.4	18.1	19.6	21.0	22.3	23.4	24.4	25.2	25.9	26.5	26.9
31-35	4.5	7.1	9.4	11.7	13.7	15.7	17.5	19.2	20.7	22.1	23.4	24.5	25.5	26.3	27.0	27.5	28.0
36-40	5.6	8.1	10.5	12.7	14.8	16.8	18.6	20.2	21.8	23.2	24.4	25.6	26.5	27.4	28.1	28.6	29.0
41-45	6.7	9.2	11.5	13.8	15.9	17.8	19.6	21.3	22.8	24.7	25.5	26.6	27.6	28.4	29.1	29.7	30.1
46-50	7.7	10.2	12.6	14.8	16.9	18.9	20.7	22.4	23.9	25.3	26.6	27.7	28.7	29.5	30.2	30.7	31.2
51-55	8.8	11.3	13.7	15.9	18.0	20.0	21.8	23.4	25.0	26.4	27.6	28.7	29.7	30.6	31.2	31.8	32.2
56 & UP	9.9	12.4	14.7	17.0	19.1	21.0	22.8	24.5	26.0	27.4	28.7	29.8	30.8	31.6	32.3	32.9	33.3



Age / mm	2-3	4-5	6-7	8-9	10-11	12-13	14-15	16-17	18-19	20-21	22-23	24-25	26-27	28-29	30-31	32-33	34-36
18-20	11.3	13.5	15.7	17.7	19.7	21.5	23.2	24.8	26.3	27.7	29.0	30.2	31.3	32.3	33.1	33.9	34.6
21-25	11.9	14.2	16.3	18.4	20.3	22.1	23.8	25.5	27.0	28.4	29.6	30.8	31.9	32.9	33.8	34.5	35.2
26-30	12.5	14.8	16.9	19.0	20.9	22.7	24.5	26.1	27.6	29.0	30.3	31.5	32.5	33.5	34.4	35.2	35.8
31-35	13.2	15.4	17.6	19.6	21.5	23.4	25.1	26.7	28.2	29.6	30.9	32.1	33.2	34.1	35.0	35.8	36.4
36-40	13.8	16.0	18.2	20.2	22.2	24.0	25.7	27.3	28.8	30.2	31.5	32.7	33.8	34.8	35.6	36.4	37.0
41-45	14.4	16.7	18.8	20.8	22.8	24.6	26.3	27.9	29.4	30.8	32.1	33.3	34.4	35.4	36.3	37.0	37.7
46-50	15.0	17.3	19.4	21.5	23.4	25.2	26.9	28.6	30.1	31.5	32.8	34.0	35.0	36.0	36.9	37.6	38.3
51-55	15.6	17.9	20.0	22.1	24.0	25.9	27.6	29.2	30.7	32.1	33.4	34.6	35.6	36.6	37.5	38.3	38.9
56 & UP	16.3	18.5	20.7	22.7	24.6	26.5	28.2	29.8	31.3	32.7	34.0	35.2	36.3	37.2	38.1	38.9	39.5

Quelle / Source / Source / Origine / Origen / 0rigem / źródło
Eckerson, J.M.; Stout, J.R.; Evetovich, T.K.; Housh, T.J.; Johnson, G.O.; Worrell, N.
Validity of self-assessment techniques for estimating percent fat in men and women in Journal of strength and conditioning research / Jahrgang: 12, (1998), Heftnummer: 4, S. 243-247 Philadelphia (Penns.) 1998

TECHNISCHE EIGENSCHAFTEN

Der Caliper ist ein 1955 von Tanner und Whitehouse entwickeltes Gerät, mit dem der Ernährungszustand einer Person mittels Messung der Hautfaltendicke ermöglicht wird. Er muss daher zwei ganz genauen und bereits allgemein angenommenen Merkmalen entsprechen:

1) die beiden Zangen des Geräts müssen auf der Hautfalte einen Anpressdruck von etwa 10 gr/mm2 ausüben,
2) die gemessene Hautfalte muss einer Fläche von etwa 6x11 Millimetern entsprechen.

Dieses Gerät gestattet unter Beachtung der oben erwähnten technischen Eigenschaften und aufgrund der in Millimetern auf dem oberen Rand aufgeführten und vom schwarzen Pfeil angezeigten Messskala, die Hautfalte mit einer Annäherung von 1/2 mm zu messen.

TECHNICAL CHARACTERISTICS

The skinfold caliper is an instrument created by Tanner and Whitehouse in 1955 which permits to assess the nutritional state of a subject thanks to the measurement of the thickness of the skinfolds. It must therefore meet two precise and now universally adopted characteristics, which are:

1) the two arms of the instrument must exercise on the skinfold a pressure of approximately 10 g./mm2
2) the grasp on the skinfold must correspond to an area of approximately 6 x 11 millimetres.

This instrument, in compliance with the above technical characteristics, thanks to the reading scale in mm on the upper edge and indicated by the black arrow, permits to measure with an approximation of 1/2 mm the skinfold.

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES

L'adipomètre, ou pince à pli cutané, est un instrument créé par Tanner et Whitehouse en 1955 qui permet d'évaluer l'état nutritionnel d'un sujet en mesurant l'épaisseur des plis cutanés. Il doit donc présenter deux caractéristiques bien précises et désormais universellement acceptées, à savoir:

1) les deux bras de l'instrument doivent exercer sur le pli cutané une pression de 10 g/mm2 environ,
2) la prise du pli cutané doit correspondre à une surface de 6 x 11 millimètres environ.

Lorsque les caractéristiques susmentionnées sont respectées, cet instrument permet de mesurer le pli cutané avec une approximation de 0,5 mm à l'aide de l'échelle de lecture en mm reprise sur son bord supérieur et indiquée par la flèche noire.

CARATTERISTICHE TECNICHE

Il plicometro è uno strumento creato da Tanner e Whitehouse nel 1955 che consente di valutare lo stato nutrizionale di un soggetto grazie alla misurazione dello spessore delle pliche cutanee. Deve pertanto rispondere a due caratteristiche ben precise ed ormai universalmente adottate, che sono:

1) i bracci dello strumento devono esercitare sulla plica cutanea una pressione di circa 10 gr/mm2,
2) la presa della plica cutanea deve corrispondere ad una superficie di 6x11 millimetri circa.

Questo strumento, nel rispetto delle caratteristiche tecniche sopradette permette, grazie alla scala di lettura riportata in mm sul bordo superiore e indicata dalla freccia nera, di misurare con una approssimazione di 1/2 mm la plica cutanea.

CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS

El plicómetro es un instrumento creado por Tanner y Whitehouse en 1955 que permite evaluar el estado nutricional de un sujeto gracias a la medición del espesor de los pliegues cutáneos. Debe responder, por lo tanto, a dos características bien precisas y ya universalmente adoptadas,que son:

1) los dos brazos del instrumento deben ejercer sobre el pliegue cutáneo una presión de aproximadamente 10 gr/mm2,
2) la toma del pliegue cutáneo debe corresponder a una superficie de aproximadamente 6x11 milímetros.

Este instrumento, respetando las características técnicas arriba indicadas, permite medir, gracias a la escala de lectura en mm sobre el borde superior e indicada por la fleche negra, con una aproximación de 1/2 mm el pliegue.

CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS

O adipômetro plicômetro é um instrumento criado por Tanner e Whitehouse em 1955 que permite de avaliar o estado de nutrição do avaliado medindo a espessura das dobras de pele. Deve portanto ter duas características bem definidas e universalmente adoptadas, que são:

1) Os dois braços do instrumento devem exercitar sobre a dobra cutânea uma pressão de aproximadamente 10 g/mm2;
2) A área da dobra de pele pegada deve ser de aproximadamente 6x11 milímetros.

Este instrumento, no respeito das características técnicas acima indicadas, permite de ler a dobra cutânea com uma exactidão de 0,5mm, na escala em mm gravada sobre a borda superior e indicada pela flecha preta.

DANE TECHNICZNE

Fałdu skórnego zacisk jest instrumentem stworzonym przez Tannera i Whitehouse w 1955, która pozwala na ocenę stanu odżywienia podmiotu dzięki pomiaru grubości fałdów skórno-tłuszczowych. Musi zatem spełniać dwa precyzyjne i obecnie powszechnie przyjęte cechy, które są:

1) obydwa urządzenia muszą wykonywać na fałdu skórnego ciśnienia około 10 g./mm2
2) ujęcie w fałdu skórnego musi odpowiadać powierzchni ok. 6 x 11 mm.

Instrument ten, zgodnie z powyższych cech technicznych, dzięki czytaniu skali w mm na górnej krawędzi i wskazana przez czarną strzałkę, pozwala mierzyć z dokładnością do 1/2 mm fałdu skórnego.

Testen Sie kostenlos unsere professionelle Software
Try our professional software
Essayez notre logiciel professionnel
Prova il nostro software professionale
Pruebe nuestro software profesional
Experimente o nosso software profissional
Zajrzyj profesjonalnego oprogramowania

Body Fat Manager

download: www.bodyfat-manager.de

REF 27344 LOT

Fabbricante/Manufacturer:
Gima S.p.A - Gessate (MI) - Italy
Made in Italy

0476

Distributer: IQ-fit®

IQ-fit Germany / Großer Riedweg 13 **/** D 67551 Worms
Mail: info@iqfit.de / web: www.iqfit.de